

## 中国における少数民族地域の太極拳の発展状況に関する調査研究

—中国貴州省貴陽市、凱里市を事例として—

陳 万鵬

キーワード：太極拳，少数民族，貴州省，中国

The Development Situation of Tai Chi in Chinese Ethnic Minority Areas  
—A Case Study in Guiyang and Kaili, Guizhou Province, China—

Wanpeng Chen

### Abstract

The present situation of Tai Chi training and learning is well known from the field research and interview to the staff of Guizhou Tai Chi Association and some Tai Chi practitioners in Guiyang and Kaili of Guizhou Province, where the Miao, Tujia and some other minority ethnic groups people have a higher rate in China.

From 32 personal interviews and 1092 paper questionnaires we know the following facts:

- ① Most practitioners are the retired, and the female is more than the male. Han ethnic group people are more active than minority group in Tai Chi practicing, but the minority young practitioners are increasing.
- ② Most of them do one to two hours Tai Chi exercises at the park in the morning. This is almost same with other studies of literature review.
- ③ 24 Simplified Tai Chi is the most popular program, the Tai Chi Sword and the Yang Family Tai Chi. Some differences between Han and the minority groups are found, eg, Tai Chi Fan are more popular among minority group people.
- ④ The main reasons of the practicing are “to improve health”, “attractive”, “for fun”, the difference between the female Han and the minority is, the Han is “for diet”, and the other is “for the health”.
- ⑤ Most practitioners believe Tai Chi practice has positive physical and mental effect for them.

Key words: Tai Chi, Ethnic Minority, Guizhou Province, China

## 1. 研究動機

21 世紀、健康は人類が永久不変に追求する生活のテーマである。中国においても、人々の健康レベルを高めるために、1995 年 6 月に、国務院から「全民健身計画綱要」が発表された。また、「121 プロジェクト」も同時に実施された。具体的な内容は「国民 1 人 1 人が一日に 1 回以上のスポーツ活動に参加し、2 種類以上のスポーツ健身運動をマスターし、また毎年体力測定を行う」ことである。

中国の健身運動やレクリエーション活動の代表的な運動として太極拳がある。太極拳に関する研究は数多くあるが、周辺地域や少数民族の太極拳の実態に関する研究はあまりない。そこで、本研究では、少数民族が多く居住する貴州省を調査対象地域とし、そこでの太極拳の実態について調査、分析することにした。

## 2. 研究目的

本研究は、貴州省の省や市の職員、太極拳協会や民間協会の会長等の職員へのインタビューから、現在の貴州省の太極拳の現状を明らかにすること、および貴州省の太極拳練習者に調査を行い、その実態を明らかにすることを目的とする。

## 3. 研究方法

1) 文献資料法：中国における国民健康増進及び太極拳の発展状況に関する文献・資料を収集し分析した。

2) インタビュー調査

調査対象者は、貴州省貴陽市の山湖区、云岩区、南明区、花溪区、烏当区、白雲区、修文県、息烽県、開陽県、清鎮、および黔东南少数民族自治州の凱里市の体育局武術課職員、太極拳協会の会長および代表の 32 名を対象とした。

調査時期は 2016 年 7 月 15 日から 8 月 7 日

である。

3) アンケート調査

2016 年 7 月 15 日から 8 月 7 日の間に、上述の太極拳協会長などからの紹介によって、公園や体育館で太極拳を練習している 1092 人。回答は全員から得られた。

## 第2章 結果と考察

### 1. 貴州省の概要

貴陽市の 2015 年人口調査データによると、貴陽市常住人口は 432 万人、少数民族人口は 72 万人で、少数民族の人口は全市総人口の 16.68%である。

また凱里市は黔东南ミャオ族トン族自治州の州都で、常住人口は 47.86 万人、少数民族人口は 36 万人で、少数民族の人口は全市総人口の 75.36%である。

### 2. 貴州省の太極拳の現状

貴州省太極拳協会長など、32 名のインタビューの内容を元に、現在の貴州省、特に貴陽市および凱里市の太極拳の現状を考察する。

1) 太極拳人口

現在、中国全国で太極拳を行っている人は 3 億人とも言われているが、近年、貴州省の太極拳もその普及や発展はめざましく、貴州省の太極拳人口は、貴州省体育局武術課長兼貴州省太極拳協会長 T 氏（女、40 歳代）によれば約 4 万人に達し、その内 80%が女性である。

2) 太極拳の組織

現在、貴陽市内の太極拳協会数は、最大の市協会他、区や鎮、社区などの行政区単位の協会、また楊式や陳式などの各流派の協会など、市に登録や届け出をしている大きな協会だけで 25 協会が存在している。同様に凱里市には 11 協会がある。その他、街の小さな、いわゆる「太極拳サークル」は無数に存在する。

### 3) 大会

貴州省内で行われる太極拳の大会は、省の武術大会（太極拳、散打、競技拳種の三種類）の中の一つとして年1回行われ、その2、3か月前に各市の予選が行われる。省の大会の上位者は全国の武術大会に出場することになる。区や街では大会は行われず、新年や春節などのお祭りの時の、年4、5回演武会を行っている。

### 4) 練習場所

太極拳の練習場所は、貴陽市体育協会長の話では、民間の会費の高い協会には太極拳専用の練習場があるが、社区や街の太極拳練習者の多くは社区の活動室や公園で練習している。

### 5) 職員の業務内容

今回調査した太極拳協会長などの、協会内での業務内容に関しては、以下の項目に関し、複数回答で回答してもらった。結果は以下の表のとおりである。

表1. 職員の業務内容

	計	
市の公式太極拳大会の運営	32	100.0%
太極拳の指導	26	81.3%
地域の太極拳演武会の運営	20	62.5%
上級試合への引率	20	62.5%
太極拳指導者への指導・監督	18	56.3%
太極拳組織の宣伝	14	43.8%
家族の太極拳交流の指導・運営	12	37.5%
太極拳の知識講座	6	18.8%

### 6) 少数民族の太極拳の実態

貴州省では、歴史的に、これまで太極拳はあまり行われてこなかった。しかし2010年から、中国政府は「学校で武術を」という方針を出し、小学校から大学まで、武術の普及を図っている。特に、今まで武術の授業を全く行っていなかった少数民族大学では急速に武術、特に太極拳が普及しだした。

## 3. 太極拳練習者の調査結果

### 1) 個人的属性

### (1) 民族構成

表2. 調査対象者の民族構成

漢族	353	85.1%	589	87.0%	942	86.3%
苗族	43	10.4%	45	6.6%	88	8.1%
侗族	12	2.9%	27	4.0%	39	3.6%
布依族	4	1.0%	8	1.2%	12	1.1%
黎族	2	0.5%	4	0.6%	6	0.5%
壮族	0	0.0%	2	0.3%	2	0.2%
その他	1	0.2%	2	0.3%	3	0.3%
総計	415	100.0%	677	100.0%	1092	100.0%

調査対象者の民族構成では、漢民族が86.3%、少数民族は全体で13.7%であった。貴陽市および凱里市の民族構成から考えると、調査対象者である太極拳練習者は漢民族が多く、インタビュー調査の回答同様、少数民族はあまり行っていないことがわかる。

### (2) 性・年齢

#### ア) 性別

表3. 性別内訳

	漢民族		少数民族		計	
男	353	37.5%	62	41.3%	415	38.0%
女	589	62.5%	88	58.7%	677	62.0%
総計	942	100.0%	150	100.0%	1092	100.0%

練習者の男女比では、女性の方が多く、62%を占めた。また民族間で比較をすると、漢民族よりも少数民族のほうが男性の比率がやや多く、この傾向も、陳式太極拳協会長W氏のインタビュー内容と同様となった。

#### イ) 年齢

表4. 年齢別内訳

	男				女				計					
	漢民族	少数民族	計		漢民族	少数民族	計							
30歳未満	36	10.2%	15	24.2%	51	12.3%	33	5.6%	15	17.0%	48	7.1%	99	9.1%
30歳代	7	2.0%	2	3.2%	9	2.2%	15	2.5%	3	3.4%	18	2.7%	27	2.5%
40歳代	56	15.9%	12	19.4%	68	16.4%	44	7.5%	8	9.1%	52	7.7%	120	11.0%
50歳代	65	18.4%	8	12.9%	73	17.6%	218	37.0%	27	30.7%	245	36.2%	318	29.1%
60歳以上	189	53.5%	25	40.3%	214	51.0%	279	47.4%	35	39.8%	314	46.4%	528	48.4%
総計	353	100.0%	62	100.0%	415	100.0%	589	100.0%	88	100.0%	677	100.0%	1092	100.0%

練習者の年齢では60歳以上が48.4%、50-59歳が29.1%を占め、6割以上が中高年齢者であった。30歳未満の青少年は9.1%である。

民族間で比較すると、男女とも30歳未満の若い世代は少数民族が多く、60歳以上は漢民族の練習者が多い。男女ともに統計的

にも有意な差があった。この傾向は、インタビュー内容同様、これまで太極拳をあまり行ってこなかった少数民族ではあるが、2010年度の「学校で武道を」という政府の通達以降、貴州省民族大学などの少数民族の青少年に太極拳の愛好者が増加していることも関係している。

### 第三章 考察

#### 1. 貴州省における太極拳の普及と発展

貴州省に太極拳が飛躍的に発展するのは近年のことであり、北京オリンピックの開会式や公開競技で太極拳が行われたことがきっかけとも言われている。さらに、2010年の「学校で武道を」という政府の方針から、特に少数民族の若者を中心に太極拳が普及・発展した。

#### 2. 練習者の個人的属性

貴州省太極拳練習者の個人的属性は多くの先行研究の結果と共通しており、いずれも女性の練習者が多く、主に退職者で、学歴はあまり高くないという結果であった。

#### 3. 練習場所や活動頻度・時間・時間帯

今回の調査では、民族に関係なく、大半の人が、毎日、1、2時間、朝、公園で練習しているという結果となった。この結果は、李秀(2006)などの先行研究の結果と同じである。

#### 4. 練習形態・内容

調査対象者の練習形態では、高齢者が多いことから、「地域の人と一緒に」がもっと多いことが予想されたが、「広範囲の友人と一緒に」行うという形態が最も多かった。特に少数民族にその回答が多く、漢民族との間には男女共に10ポイント以上の差が見られた。少数民族は太極拳をあまり理解しておらず、友人同士で習うことが多く、この

ような結果となっている。

#### 5. 練習目的

太極拳練習者の過半数が健康増進の目的のために太極拳を行っていた。また高齢者にとって、太極拳は社交や娯楽の重要な活動でもあり、これらの目的にもかなりの回答があった。

#### 6. 効果

身体的効果では、「運動器系」の改善や向上の回答が最も多かったが、循環器系や呼吸器系、神経系もそれなりの効果が指摘されている。

このような身体的効果と同時に、心理的効果も期待される。回答では、「生活が充実した」が最も多く、その他「性格が明るくなった」や「感情が豊かになった」などにも、多くの人がその効果を指摘している。

### 第四章 総括

#### 1. まとめ

①貴州省の太極拳練習者は、退職者が多く、また女性の割合が男性よりも高い。この特徴は、他の先行研究と同様である。民族で比較すると、漢民族のほうが少数民族よりも積極的に参加している。しかし少数民族の学生や若者に太極拳愛好者が増えている。

②練習は、多くの人が毎日、1、2時間、朝、公園で行っている。この傾向も、他の先行研究と同様である。

③太極拳の練習内容は、簡略24式が最も多く行われており、次に太極剣や楊式などである。太極扇が漢民族よりも少数民族でよく行われているように、いくつかの内容で民族間の相違も見られた。

④太極拳練習者は、多くの人が「健康増進」や「魅力があるから」「娯楽のため」という理由や目的で行っている。また少数民族



族の女性は、その身体的特性から、漢民族よりも多くの人が「ダイエットのため」に太極拳を行っていた。

- ⑤太極拳練習者は、多くの人がさまざまな身体的および心理的効果を指摘している。
- ⑥太極拳の「会費」に関しては、初心者が多いことから少数民族のほうが多く支払っている。

## 2. 貴州省太極拳の問題点と提言

### 1) 問題点

- ①「政府の支援」についての実態との矛盾  
凱里市体育局武術課長M氏の回答のように、市の体育局は、さまざまな太極拳協会の問題、困難にも対応し、支援しているという。しかし多くの協会長や練習者は、実際は省や市という政府機関は、金銭的な支援を含め太極拳を重視していないし、その政策もないと指摘し、そこに実態との矛盾がある。
- ②練習者の性、年齢、職業が偏っていること。  
全国的にも一般的ではあるが、貴州省の太極拳練習者は主に漢民族の高齢者で、退職者が多く、性別は女性の割合が高く男性が相対的に少ないという特徴がある。太極拳は高齢者や女性に向いており、彼らの余暇生活を豊かにすることに貢献している。このことはこれからの中国の高齢化社会にとって重要な意義がある。しかし、全民健身計画の「全国人民が対象、特に少年と児童を重点とする」という計画に合致しない。太極拳もこの全民健身計画の一翼を担うためには、全年齢層に普及する必要がある。
- ③活動場所が乏しい。  
2014年の貴州省体育局的調査結果では、91.5%の住民が小規模な運動場所や利用できる体育館がほしいという要望が出さ

れている。現状は、一般開放の体育施設も少なく、また屋内施設も少ない。現在の体育施設の状況は、太極拳練習者の需要を満たしていない。

### ④宣伝力が足りない

貴州省の住民、特に辺鄙な地に住む少数民族は太極拳をあまり理解していない。太極拳の価値や効果も理解していない。このことは太極拳の宣伝と直接的な関係がある。太極拳は心身の健康増進に役立つ、社交や豊かな娯楽活動としても重要である。

### ⑤太極拳の指導者が少ない。

貴州省体育局的資料によると、貴州省の太極拳練習者は4万人いるが、貴州省の太極拳指導者は900人で非常に少ない。一部の地域では、複数の太極拳協会を1人の指導者が受け持っている。

### 2) 提言

前述の現状や問題点を踏まえ、政府に対し、以下の4点を提言したい。

- ①政府が太極拳を重視し、資金援助と共に、太極拳に関連する政策を制定する。  
貴州省の太極拳練習者のほとんどが、現在、自主的組織で行っているため、基本的に政府機関の管理がない。太極拳のよりよい発展のためには、第一に、政府が太極拳を重視し、太極拳に関連する政府組織を設立する必要がある。そして政府の体育部門は、関連法規を策定し、太極拳協会とクラブを支援すること。第二は、政府の体育部門は、太極拳協会やクラブでの太極拳の交流活動を積極的に奨励し、また多くの貴州省住民が太極拳活動に積極的に参加することを奨励する。国内の他の省の太極拳協会の成功事例を参考に、太極拳活動の組織管理を行う。
- ②体育施設、特に屋内施設の開放、建設  
政府は既存の体育施設を現在以上に開放すること、さらに屋内施設を建設するこ

と。冬季の練習のためには屋内施設が是非とも必要である。また前述の清鎮太極拳協会の会長C氏も述べるように、協会が合理的な組織として発展することによって、多くの企業や財団の支持を獲得することができ、資金援助や施設建設も可能になると予想される。

#### ③太極拳の宣伝方法を工夫し、強化する。

多くの手段を利用し太極拳運動を宣伝し、また太極拳の知識講座などを開催する。特に少数民族に対し宣伝を強化する。例えばスポーツ新聞や雑誌などで、太極拳フォーラムやコラムなどを設けることも一方法である。

#### ④太極拳指導者の育成

政府の体育部門が、太極拳指導者の育成を強化する。政府部門と体育大学や体育学校、武道館が協力し、太極拳指導者のための短期講座を開設することも必要である。

### 研究の限界

本研究では少数民族の多く居住する貴州省を事例に、アンケート調査では1092名から回答を得た。しかし、この回答者が貴州省の太極拳練習者を代表しているかという代表性の問題が残る。この点は本研究の限界である。

また中国語からの日本語訳が、その文化的背景から、正確に伝えられているかどうか不安があり、その点も本研究の限界である。

### 今後の課題

今回は、少数民族が多く居住する省として貴州省を事例としたが、同様に少数民族が多く居住する、例えば雲南省や広西省なども調査をし、より広範囲の地域を調査する必要がある。また今回の調査対象は貴陽市と凱里市の太極拳練習者に限定し、貴州

省全体の傾向を把握することはできなかった。以上のようなことを、今後の課題とする。

### 引用・参考文献

1. 李相如(2008) 全民健身研究新視点(全民健身研究に関する新たな視点), 京体育大学出版社.
2. 政策与法规.国家体委关于贯彻(2008)《全民健身计划纲要》实施“全民健身一二一工程”(「全民健身計画綱要」実施『全民健身121プロジェクト』)
3. 贵州省百度百科(貴州省概要)(2016)
4. 《贵州省统计年鉴》(貴州省統計年鑑)(2015) 第二十九部分 29-4 常住人口
5. 李大虎(2002) 我国太极拳练习者的现状分析与对策研究(わが国の太極拳練習者の現状分析と対策に関する研究), 甘肅教育学院学报. 51.
6. 李蓬(2001) 广州市社区太极拳活动的现状及对策研究(広州市の社区太極拳活動の現状と対策に関する研究), 体育学刊, 99-101.
7. 杨永惠(2004) 临沂市社区太极拳活动的现状研究(臨沂市の社区太極拳活動の現状に関する研究), 西安体育学院学报, 47-49.
8. 刘亚杰(2004) 焦作地区太极拳练习者情况调查及太极拳发展对策(焦作地区における太極拳練習者の状況調査と太極拳の発展に関する対策), 河南理工大学学报(社会科学版), 244-246.
9. 李秀(2006) 海口市太极拳活动开展现状及其发展对策的研究(海口市の太極拳活動の発展現状とその発展対策に関する研究), 搏击・武术科学, 32-34.
10. 张耀庭(1997) 中国武术史(中国武術史), 人民体育出版社, 417-432.